



|                                                                                                                                                                                                                                          | MONTAG                                                                                                                                                                                          | DIENSTAG                                                                                                                                                                                             | MITTWOCH                                                                                                                                     | DONNERSTAG                                                                                                                                                                                                 | FREITAG                                                                                                                                                                                                                                        | SAMSTAG                                                                                                                                                                                             | SONNTAG                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DOJO</b><br><br>★ <b>EINSTEIGER</b><br>Keine Voraussetzungen erforderlich.<br>Einstieg jederzeit möglich.<br><br>F <b>FORTGESCHRITTENE</b><br>Vorkenntnisse sind erforderlich. Teilnahme an den Kursen nur nach vorheriger Absprache. | <b>AKROBATIK</b><br>5-7 Jahre<br>15:45 - 16:30/Safir<br><br><b>AKROBATIK</b><br>8-13 Jahre<br>16:30 - 17:30/Safir<br><br><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b><br>8-14 Jahre<br>17:45 - 18:45 Marvin/Levin | <b>JU-JUTSU FIGHTING</b><br>16:30 - 18:00 / Tim F                                                                                                                                                    | <b>AKROBATIK</b><br>5-7 Jahre<br>16:00 - 16:45 / Robin/Safir<br><br><b>AKROBATIK / TRICKING</b><br>8-13 Jahre<br>16:45 - 17:45 / Robin/Safir | <b>BUDOTURNEN</b><br>3-4 Jahre<br>15:45-16:30<br><br><b>JU-JUTSU FIGHTING</b><br>17:00 - 18:30 / Tim F<br><br><b>KICKBOXEN LEISTUNG</b><br>Nur nach Absprache<br>12-18 Jahre<br>18:30 - 19:30/Roman/Amir F | <b>JU-JUTSU</b><br>5-10 Jahre<br>16:00 - 17:00 / Nele<br><br><b>JU-JUTSU</b><br>8-15 Jahre<br>17:00 - 18:00 / Nele<br><br><b>JU-JUTSU</b><br>7-9 Jahre<br>12:00 - 13:00 / Emilia<br><br><b>JU-JUTSU</b><br>10-13 Jahre<br>13:00 - 14:00 / Alex | <b>JU-JUTSU</b><br>4-6 Jahre<br>10:15 - 11:00 / Alex<br><br><b>BUDOTURNEN</b><br>3-4 Jahre<br>11:15-12:00/Lilli/Ophelia<br><br><b>JU-JUTSU</b><br>8-13 Jahre<br>12:00 - 13:00 / Miru/Tural          | <b>BUDOTURNEN</b><br>3-4 Jahre<br>10:30-11:15/Mehak/Kamal<br><br><b>AKROBATIK</b><br>5-7 Jahre<br>11:30 - 12:15/Robin/Jenny<br><br><b>AKROBATIK / TRICKING</b><br>8-13 Jahre<br>12:15 - 13:15 /Robin/Jenny |
| <b>CAGE</b>                                                                                                                                                                                                                              | <b>BJJ/NEWAZA WETTKAMPFTRAINING</b><br>12-18 J. Nur Nach Absprache<br>17:00 - 18:30 / Emilia F                                                                                                  | <b>JU-JUTSU</b><br>4-6 Jahre<br>16:00 - 16:45 / Marvin<br><br><b>KINDER JU-JUTSU AB GELB MIT O. SPITZE</b><br>16:45 - 17:45 / Marvin<br><br><b>JU-JUTSU</b><br>8 -15 Jahre<br>17:45 - 18:45 / Marvin | <b>KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING</b><br>Ab 7 Jahre / Nur nach Absprache<br>17:00 - 18:00 / Volkmar F                                          |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                     | <b>JU-JUTSU</b><br>7-9 Jahre<br>11:00 - 12:00/Miru/Tural<br><br><b>JU-JUTSU</b><br>10-13 Jahre<br>12:00 - 13:00/Miru/Tural                                                                                 |
| <b>BOX-GYM</b>                                                                                                                                                                                                                           | <b>KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING</b><br>7-11 Jahre / Nur nach Absprache<br>16:30-17:30 / Emanuel F<br><br><b>KIDS KICKBOXEN</b><br>10-13 Jahre<br>17:30 - 18:30 / Jordan                         |                                                                                                                                                                                                      | <b>KIDS KICKBOXEN</b><br>7-9 Jahre<br>16:30 - 17:30 / Roman                                                                                  | <b>KIDS KICKBOXEN</b><br>4-6 Jahre<br>15:45 - 16:30 / Mehak<br><br><b>EINSTEIGER KIDS KICKBOXEN</b><br>7-13 Jahre<br>16:30 - 17:30 / Mehak ★                                                               | <b>KIDS KICKBOXEN</b><br>4-6 Jahre<br>16:15 - 17:00 / Lilli<br><br><b>KIDS KICKBOXEN</b><br>7-9 Jahre<br>17:00 - 18:00 / Lilli                                                                                                                 | <b>KIDS KICKBOXEN</b><br>4-6 Jahre<br>10:00 - 10:45 / Mehak<br><br><b>KIDS KICKBOXEN</b><br>7-9 Jahre<br>11:00 - 12:00 / Mehak<br><br><b>KIDS KICKBOXEN</b><br>10-13 Jahre<br>12:00 - 13:00 / Mehak |                                                                                                                                                                                                            |
| <b>BLOCK A</b>                                                                                                                                                                                                                           | <b>JU-JUTSU</b><br>4 -6 Jahre<br>16:00 - 16:45 / Marvin<br><br><b>JU-JUTSU</b><br>7-9 Jahre<br>16:45 - 17:45 / Marvin                                                                           | <b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b><br>5-8 Jahre<br>16:45 - 17:30/Khanim/Emilia                                                                                                                               | <b>JU-JUTSU</b><br>5-10 Jahre<br>16:00 - 17:00 / Emilia<br><br><b>JU-JUTSU</b><br>8-15 Jahre<br>17:00 - 18:00 / Emilia                       | <b>JU-JUTSU</b><br>4-6 Jahre<br>16:15 - 17:00 / Marvin<br><br><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b><br>8-14 Jahre<br>17:00 - 18:00 Colin / Levin                                                                      | <b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b><br>5-8 Jahre<br>16:15 - 17:00 Colin / Levin                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                     | <b>JU-JUTSU</b><br>4-6 Jahre<br>10:00 - 10:45 / Miru                                                                                                                                                       |
| <b>STUDIO</b>                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                              | <b>JU-JUTSU</b><br>7-9 Jahre<br>17:00 - 18:00 / Marvin                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                            |
| <b>DOCK</b>                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                 | <b>KIDS KICKBOXEN</b><br>5 -10 Jahre<br>16:15 - 17:15 / Jordan<br><br><b>KIDS KICKBOXEN</b><br>8 -15 Jahre<br>17:15 - 18:15 / Jordan                                                                 |                                                                                                                                              | <b>JU-JUTSU FIGHTING</b><br>17:00 - 18:30 / Alex F                                                                                                                                                         | <b>KIDS KICKBOXEN</b><br>10-15 Jahre<br>18:00 - 19:00/Roman/Lilli                                                                                                                                                                              | <b>JU-JUTSU FIGHTING</b><br>09:00 - 12:00 / Artur F<br><br><b>KINDER JU-JUTSU AB GELB MIT O. SPITZE</b><br>13:00 - 14:00 / Emilia                                                                   |                                                                                                                                                                                                            |